

MARLEY SPOON



Beef Burger vom Bio-Rind

dazu Süßkartoffelpommes und Feldsalat



ca. 30min



4 Portionen

Manchmal muss es einfach ein deftiger Burger sein, um die Gelüste nach Soulfood auszumerzen. Und dieser amerikanische Klassiker mit saftigem Bio-Rinderhackfleisch macht mit herzhaftem Käse und einer selbstgemachten süßen Zwiebelmarmelade so richtig Appetit. Dazu servierst du leckere Süßkartoffelpommes aus dem Ofen und einen würzigen Feldsalat. Und jetzt: genießen!

Was du von uns bekommst

- 2 rote Zwiebeln
- 4 Süßkartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 500g Bio-Rinderhackfleisch
- 4 Burgerbrötchen¹
- 200g junger Gouda, gerieben²
- 100g Feldsalat

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Butter²
- ½TL Senf³
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig⁴

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Senf (3), Schwefeldioxid und Sulphite (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 788kcal, Fett 41.6g, Kohlenhydrate 70.5g, Eiweiß 30.7g



1. Zwiebeln einköcheln

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einem mittelgroßen Topf mit 1EL Butter, 5EL Balsamicoessig, 2EL Wasser, 3EL Zucker sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer bei niedriger bis mittlerer Hitze 8-10Min. köcheln lassen, bis die **Zwiebeln** weich und marmeladenartig eingekocht sind.



4. Pattys formen

Den **Knoblauch** schälen und fein reiben. In einer Schüssel das **Hackfleisch** mit dem **geriebenen Knoblauch** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann zu **4 gleich großen Pattys** formen. Die **Brötchen** aufschneiden.



2. Süßkartoffeln backen

Die **Süßkartoffeln samt Schale** längs halbieren und in pommesartige Stifte schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz vermengen und 20-25Min. im Ofen backen. Nach der Hälfte der Backzeit wenden.



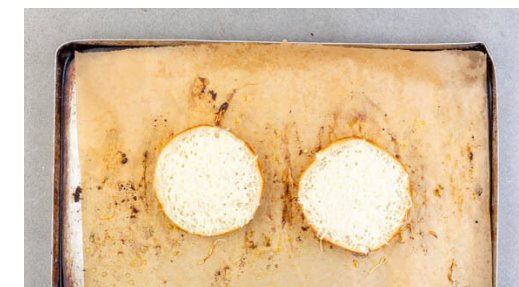
5. Pattys braten

Die **Pattys** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. braten. Dann wenden, mit der **½ des Käses** belegen und abgedeckt 3-4Min. weiterbraten, bis der **Käse** geschmolzen und das **Fleisch** gar ist. Auf einem Teller abgedeckt warm halten. Die **Süßkartoffelpommes** auf Teller verteilen und, falls vorhanden, die Grillfunktion des Ofens einschalten.



3. Dressing anrühren

In einer großen Schüssel 1EL Olivenöl mit 1EL Balsamicoessig, 1TL Zucker, ½TL Senf und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren.



6. Brötchen rösten

Die **Brötchen** auf das Backblech legen und die **unteren Brötchenhälften** mit dem **restlichen Käse** bestreuen, dann 2-3Min. rösten, bis der **Käse** geschmolzen ist. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Brötchen** mit den **Pattys** und der **Zwiebelmarmelade** belegen. Die **Burger** mit den **Süßkartoffelpommes** und dem **Salat** servieren.